**9 ошибок родителей,**

**которые могут серьезно испортить будущее их детям**

*Главный смысл и цель семейной жизни - воспитание детей. Главная школа воспитания детей — это взаимоотношения мужа и жены, отца и матери.*

*Б. А. Сухомлинский*

*Все ошибаются при воспитании детей. Мы, даже став взрослыми, не идеальны и не всегда можем понять, как наши действия выглядят со стороны и скажутся в будущем на младшем поколении. Но некоторые методы воспитания больше вредят, чем приносят пользу.*

### 1. Воспитание или наказание перед посторонними

Бывает, папа или мама выходят из себя, кричат или даже наказывают ребенка при посторонних. И в тот момент они мало задумываются об окружающих. Но ребенок, пусть даже неосознанно, считается с мнением посторонних. И публичное наказание подрывает [уверенность](https://parenting.firstcry.com/articles/bad-parenting-signs-effects/) малыша в себе. У него возникает сильное чувство стыда, от которого очень трудно избавиться.

### 2. Влияние прошлого

То, что случилось в нашем детстве, накладывает свой отпечаток на отношение к воспитанию. Но это не означает, что все обречены повторять ошибки своих матерей и отцов. Важно принять тот опыт и постараться оградить следующее поколение от того негатива. Например, сегодня известно, что телесные наказания имеют только вредные [последствия](http://www.psychalive.org/how-to-break-cycle-of-child-abuse/). Но даже многие современные родители используют их, оправдывая себя тем, что так поступали в их семье с детьми. Мы не должны оправдывать свои неправильные поступки тем, что так делали наши «предки». Вместо этого стоит стремиться быть теми, кто разорвет цепочку негативного опыта.

### 3. Излишняя сдержанность

Если мы редко [обнимаем](https://parenting.firstcry.com/articles/bad-parenting-signs-effects/) своего ребенка или не говорим, что любим его, он становится эмоционально оторванным от семьи. Когда не прислушиваемся к его чувствам и мнениям, проявляем равнодушие - очень вероятно, что малыш будет вести себя так же с окружающими. Ему будет труднее с кем-то сблизиться, довериться, завести друзей и семью в будущем.

### 4. Вредные привычки

Не секрет, что родители закладывают образцы поведения в своих детей. И есть сильная [связь](https://www.usatoday.com/story/news/nation-now/2018/07/05/moms-could-blame-childhood-obesity-harvard-study-suggests/759055002/) между привычками матерей и лишним весом у их детей. Если женщины старались придерживаться здорового образа жизни, риск ожирения у их малышей снижался на 75 %. К полезным привычкам исследователи отнесли соблюдение правильного рациона, регулярные занятия спортом, поддержку нормального индекса массы тела, отказ от курения и употребление алкоголя в небольших или умеренных количествах.

Также вероятность ожирения у маленьких детей уменьшается на 30 %, если с ними играют и проводят больше времени [отцы](https://www.reuters.com/article/us-health-fathers-child-obesity-idUSKBN19C2EF).

### 5. Гиперкомпенсация

Наши старые обиды на отца и мать могут [привести](https://www.psychologytoday.com/us/blog/compassion-matters/201507/7-ways-your-childhood-affects-how-youll-parent) к полному неприятию их методов воспитания. Даже когда взрослые объективно поступали правильно. В результате при взаимодействии уже со своими детьми мы можем выйти из-под контроля, стремясь сделать все по-другому. Например, если наши родители были властными, то мы можем дать своим детям слишком много свободы и убрать любые ограничения. И такая реакция также скажется на малыше не лучшим образом: он почувствует себя брошенным и никому не нужным.

### 6. Вседозволенность или суперопека

Часто родители думают, что их дочери и сыновья особенные и уникальные, и стараются во всем им угодить. Но для остального мира они всего лишь дети. И если они привыкнут к вседозволенности, то станут [эгоистами](https://parenting.firstcry.com/articles/bad-parenting-signs-effects/), с которыми сложно даже просто общаться. Бесконтрольных детей будет ждать множество [разочарований](https://www.psychalive.org/three-principles-raise-free-happy-kids/) за пределами дома, и они не будут знать, как с ними справиться. В то же время [гиперопека](https://parenting.firstcry.com/articles/bad-parenting-signs-effects/) сделает ребенка настолько пугливым, что он будет бояться брать на себя любую ответственности или даже немного выходить из зоны комфорта - вроде знакомства с новыми людьми или начала нового дела.

### 7. Разрушение доверия

При воспитании необходимо устанавливать определенные правила поведения, но ребенок также должен понимать, что всегда может доверять своим близким. Однако доверие малышей (тем более подростков) очень легко потерять, если родители перестают контролировать эмоции и пугают, заставляют бояться себя. Это может привести к разрыву эмоциональных связей с семьей и потере чувства защищенности.

Дети лучше [развиваются](http://www.psychalive.org/how-to-break-cycle-of-child-abuse/) и становятся здоровыми личностями, когда их семья - опора, островок безопасности, с которого они могут смело отправляться исследовать мир.

### 8. Агрессивное поведение

Дети учатся справляться с проблемами на примере родителей, когда те преодолевают жизненные трудности. Иногда эти трудности вызывают сами малыши. И грубое обращение взрослых с ними, частое проявление негативных эмоций в раннем возрасте приводят к сложностям с управлением [гневом](https://parenting.firstcry.com/articles/bad-parenting-signs-effects/). Здесь особенно сильно влияние матери, конфликтующей с ребенком, но поведение отца также играет свою роль.

### 9. Бегство от проблем

Один из способов «закрыть» проблему - просто уйти и не вспоминать о ней. Но это не значит, что все решится само собой, как думают многие взрослые. После сильной ссоры между родителем и ребенком нужно постараться все исправить – восстановить [доверие](http://www.psychalive.org/how-to-break-cycle-of-child-abuse/).

Для этого нужно успокоиться и поговорить на равных, уважая своего малыша. Сначала выслушать, что он почувствовал, и попытаться увидеть проблему и себя с его точки зрения. Затем взрослый должен рассказать о своих переживаниях, объяснить причину своего взрыва и извиниться. Так он покажет ребенку, что не стал новым врагом и ему снова можно доверять.

**Заповеди семейного воспитания В.А. Сухомлинского**

* ***Не унижай.***
* ***Не угрожай.***
* ***Не вымогай обещания.***
* ***Не морализируй.***
* ***Не лишай ребенка возможности быть самим собой.***
* ***Не навреди.***
* ***Не бойся признать свою ошибку.***
* ***Начинай воспитание с себя.***
* ***Верь в своего ребенка.***
* ***Помоги ребенку поверить в себя.***